



Vol.16, No. 2, Juli – Desember 2026
Doi: [10.30829/alirsyad.v16i2. 31008](https://doi.org/10.30829/alirsyad.v16i2.31008)

JURNAL PENDIDIKAN DAN KONSELING

<http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad>
ISSN 2686-2859 (online)
ISSN 2088-8341 (cetak)

EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL PENDEKATAN MEANINGFUL LEARNING DALAM MENINGKATKAN PEMAHAMAN KONSEP DIRI SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 9 TEGAL

Reena Della Sylvia¹, Suriswo², Mulyani³

1. Universitas Pancasakti Tegal, email: reenadellas72@gmail.com
2. Universitas Pancasakti Tegal, email: suriswo44@gmail.com
3. Universitas Pancasakti Tegal, email: mulyani@upstegal.ac.id

Kata Kunci:

*Bimbingan Klasikal,
Meaningful Learning,
Pemahaman Konsep
Diri, Siswa SMP*

Abstrak

Pemahaman konsep diri yang positif merupakan salah satu modal psikologis penting bagi siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) dalam menghadapi tuntutan akademik dan sosial pada masa remaja awal. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat pemahaman konsep diri siswa sebelum dan sesudah memperoleh layanan bimbingan klasikal dengan pendekatan *meaningful learning*, sekaligus menguji efektivitas layanan tersebut dalam meningkatkan pemahaman konsep diri peserta didik. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pra-eksperimen melalui desain *One Group Pretest-Posttest*. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VIII E SMP Negeri 9 Tegal, dengan sampel sebanyak 30 siswa yang ditentukan melalui teknik sampel jenuh. Data dikumpulkan menggunakan angket skala Likert, observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil analisis menunjukkan rata-rata skor pemahaman konsep diri pada tahap *pre-test* sebesar 130,10 dan meningkat menjadi 136,43 pada tahap *post-test*. Uji normalitas Shapiro-Wilk menunjukkan data *pre-test* dan *post-test* berdistribusi normal (Sig. 0,119 dan 0,480). Selanjutnya, uji *Paired Sample T-Test* menghasilkan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,003 (< 0,05), yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor sebelum dan sesudah layanan diberikan. Dengan demikian, layanan bimbingan klasikal pendekatan *meaningful learning* terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman konsep diri siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Tegal, sehingga hipotesis penelitian dapat diterima. Temuan ini merekomendasikan agar guru bimbingan dan konseling menjadikan pendekatan *meaningful learning* sebagai salah satu alternatif strategi layanan bimbingan klasikal yang lebih reflektif, kontekstual, dan bermakna bagi perkembangan psikologis siswa.

Abstract

A positive understanding of self-concept is an essential psychological asset for junior high school students in facing academic and social demands during early adolescence. This study aims to analyze students' level of self-concept understanding before

Keywords :

*Classical Guidance,
Meaningful Learning,
Self-Concept*

*Understanding, Junior
High School Students*

and after receiving classical guidance services using the meaningful learning approach, as well as to examine the effectiveness of the service in improving students' self-concept understanding. This research used a quantitative approach with a pre-experimental method through a One-Group Pretest-Posttest design. The population consisted of all students in class VIII E of SMP Negeri 9 Tegal, with a sample of 30 students determined through a saturated sampling technique. Data were collected through a Likert-scale questionnaire, observation, interviews, and documentation. The analysis showed that the mean self-concept understanding score increased from 130.10 at pre-test to 136.43 at post-test. The Shapiro-Wilk normality test indicated that both pre-test and post-test data were normally distributed (Sig. 0.119 and 0.480). Furthermore, the Paired Sample t-Test produced a significance value (Sig. 2-tailed) of 0.003 (< 0.05), indicating a significant difference between the scores before and after the service was given. Therefore, classical guidance services employing the meaningful learning approach were proven effective in improving the self-concept understanding of eighth-grade students at SMP Negeri 9 Tegal, and the research hypothesis was accepted. These findings recommend that guidance and counseling teachers adopt the meaningful learning approach as an alternative strategy for classical guidance services that is more reflective, contextual, and meaningful for students' psychological development.

PENDAHULUAN

Salah satu unsur psikologis yang berperan krusial dalam menunjang keberhasilan proses penyesuaian diri adalah konsep diri, yaitu persepsi dan penilaian individu terhadap dirinya sendiri yang meliputi dimensi fisik, psikologis, sosial, serta moral, dan bersifat dinamis karena terus mengalami perkembangan seiring bertambahnya pengalaman serta interaksi sosial yang dijalani individu (Pradana, 2020), hal ini juga sejalan dengan pandangan bahwa konsep diri turut memengaruhi cara individu mengambil keputusan dan menilai dirinya dalam berbagai konteks kehidupan (Hakim et al., 2021).

Pemahaman konsep diri yang positif memberi peluang bagi siswa untuk memiliki rasa percaya diri, motivasi belajar, serta kemampuan menghadapi tantangan akademik dan sosial secara adaptif, sebagaimana juga dibuktikan pada konteks profesional bahwa konsep diri yang positif berkontribusi terhadap kinerja dan efektivitas komunikasi interpersonal individu (Umarta & Mangundjaya, 2023). Sebaliknya, konsep diri yang negatif berisiko memunculkan perilaku menarik diri, rendahnya partisipasi belajar, hingga gangguan penyesuaian sosial. Isu ini

semakin relevan mengingat data Survei Nasional Kesehatan Mental Remaja Indonesia (I-NAMHS) tahun 2022 mengungkap bahwa sekitar satu dari tiga remaja Indonesia mengalami setidaknya satu masalah kesehatan mental dalam kurun dua belas bulan terakhir (Center for Reproductive Health, University of Queensland, 2022), sebuah kondisi yang menegaskan urgensi penguatan aspek psikologis siswa, termasuk pemahaman konsep diri, sebagai bagian dari sistem pendidikan formal. Pada rentang usia 13-15 tahun, siswa SMP berada dalam tahap pencarian identitas diri dan peningkatan sensitivitas terhadap penilaian sosial, sehingga rentan mengalami kebingungan identitas maupun penilaian diri yang negatif ketika mulai membandingkan dirinya dengan teman sebaya, guru, dan lingkungan sekolah (Atiqah et al., 2024).

Beberapa kajian empiris memperkuat pentingnya isu ini. Penelitian di SMP Negeri 1 Salem menunjukkan bahwa siswa dengan tingkat identitas diri rendah cenderung juga memiliki kepercayaan diri yang minim, yang pada akhirnya berdampak pada motivasi serta keterlibatan mereka dalam pembelajaran sehari-hari (Celine Astutiningtyas, Agus Setiawan, 2025). Studi lain mengungkap bahwa konsep diri memberikan kontribusi yang krusial terhadap kepercayaan diri siswa, yang mengindikasikan bahwa persepsi diri yang positif berperan penting dalam mendukung keberhasilan perkembangan psikologis remaja (Khayati et al., 2025). Temuan senada juga diperoleh dari kajian mengenai konsep diri siswa dalam pengambilan keputusan karier di jenjang sekolah menengah kejuruan, yang menegaskan bahwa hubungan siswa dengan guru dan lingkungan belajar memberi sumbangan signifikan terhadap cara remaja memahami dan menilai dirinya (Rosyidah, 2024).

Kondisi tersebut juga tampak pada konteks penelitian ini. Berdasarkan hasil Analisis Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) dan angket konsep diri yang disebarkan kepada seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Tegal, kelas VIII E teridentifikasi sebagai kelas dengan tingkat pemahaman konsep diri paling rendah. Hasil AKPD menunjukkan 37% siswa merasa kurang percaya diri dan malu mengungkapkan permasalahan pribadi, 29% belum menunjukkan kemandirian, serta 34% belum memiliki pemahaman komprehensif mengenai kemampuan diri maupun arah perkembangan masa depannya. Data ini diperkuat oleh hasil angket konsep diri pada kelas VIII E yang menunjukkan 43% siswa memiliki rasa percaya

diri rendah, 27% belum menunjukkan kemandirian yang optimal, dan 30% belum memahami potensi diri serta arah perkembangan masa depannya secara baik. Rendahnya konsep diri ini tampak dari sikap pasif dalam pembelajaran, keengganan tampil di depan umum, kecenderungan membandingkan diri secara negatif dengan teman sebaya, serta keraguan dalam mengambil keputusan.

Sebagai salah satu layanan dasar bimbingan dan konseling, bimbingan klasikal berperan strategis karena menjangkau seluruh siswa dalam satu kelas secara bersama dan terstruktur guna membantu perkembangan pribadi, sosial, belajar, dan karier peserta didik (Sucipto, 2025). Karakteristik layanan yang menjangkau seluruh siswa sekaligus menjadikan bimbingan klasikal sebagai bentuk intervensi preventif-developmental yang efisien, karena guru bimbingan dan konseling tidak perlu memberikan layanan secara individual maupun berkelompok kecil untuk menjangkau seluruh peserta didik dalam satu rombongan belajar. Namun demikian, praktik bimbingan klasikal di sekolah sering kali masih bersifat informatif dan satu arah, cenderung menekankan penyampaian materi secara ceramah, serta kurang menyentuh aspek pemaknaan personal siswa, sehingga belum sepenuhnya efektif membantu siswa menginternalisasi pemahaman tentang dirinya sendiri.

Dalam penelitian ini, istilah pendekatan *meaningful learning* merujuk secara spesifik pada teori belajar bermakna (*meaningful learning theory*) yang dikemukakan oleh David Ausubel, bukan pada model pembelajaran tersendiri maupun modifikasi pendekatan layanan bimbingan dan konseling. Teori ini dipandang relevan untuk mengatasi keterbatasan tersebut karena menekankan bahwa proses belajar berlangsung efektif ketika informasi baru diintegrasikan secara bermakna ke dalam struktur kognitif yang telah dimiliki siswa melalui proses subsumption, dengan syarat adanya pengetahuan awal (prior knowledge) yang relevan serta kesiapan siswa untuk menerima keterkaitan baru dalam sistem kognitifnya (Hamida et al., 2022b). Penerapan pendekatan ini dalam berbagai konteks pembelajaran terbukti mampu meningkatkan pemahaman, keterlibatan, dan internalisasi nilai pada peserta didik (Pinandito et al., 2025), sebagaimana juga dibuktikan pada konteks pembelajaran sejarah di sekolah berbasis boarding school, yang menunjukkan bahwa siswa lebih mampu mengaitkan pengetahuan baru dengan pengalaman yang telah dimiliki sebelumnya (Abdu, 2025).

Prinsip-prinsip teori Ausubel tersebut diadaptasi ke dalam layanan bimbingan klasikal dengan mengubah orientasi penyampaian materi konsep diri dari sekadar informatif dan satu arah menjadi proses yang mendorong peserta didik secara aktif mengaitkan pengetahuan baru dengan skema kognitif yang telah dimiliki, melalui kegiatan refleksi, diskusi kelompok, dan pemberian ilustrasi kontekstual dari pengalaman sehari-hari, bukan sekadar ceramah. Dalam adaptasi ini, guru bimbingan dan konseling berperan menyediakan advance organizer di awal sesi untuk mengaktifkan pengetahuan awal siswa, kemudian memfasilitasi proses subsumption melalui diskusi reflektif, sehingga peserta didik tidak hanya menerima informasi tentang konsep diri, tetapi juga merefleksikan pengalaman pribadinya, menghubungkannya dengan realitas kehidupan sehari-hari, serta membangun pemaknaan diri secara sadar dan mendalam. Dengan demikian, pemahaman yang dihasilkan bersifat lebih mendalam, bertahan lebih lama, dan mudah diterapkan pada situasi lain dibandingkan sekadar pembelajaran hafalan.

Sejumlah penelitian terdahulu telah mengkaji efektivitas bimbingan klasikal maupun bimbingan kelompok dalam mengembangkan aspek psikologis siswa. Bimbingan klasikal terbukti efektif meningkatkan pemahaman konsep diri siswa dalam konteks pengambilan keputusan karier (Khayati et al., 2025), sementara penelitian lain menunjukkan bahwa layanan bimbingan klasikal turut berkontribusi terhadap kemampuan perencanaan dan eksplorasi karier siswa (Donal, 2024). Penelitian lain menunjukkan bahwa bimbingan klasikal dengan teknik role-playing efektif meningkatkan kepercayaan diri siswa (Hidayat & Karim, 2025), demikian pula layanan bimbingan klasikal yang terbukti meningkatkan kepercayaan diri dan semangat belajar siswa secara signifikan (Ramadan et al., 2025). Kajian-kajian tersebut memperlihatkan bahwa efektivitas bimbingan klasikal sangat ditentukan oleh pendekatan dan teknik yang digunakan. Meskipun demikian, sebagian besar penelitian terdahulu masih berfokus pada kepercayaan diri melalui teknik role-playing atau self-instruction, sementara penelitian kuantitatif yang secara spesifik menguji efektivitas bimbingan klasikal dengan pendekatan *meaningful learning* terhadap pemahaman konsep diri siswa SMP, khususnya pada konteks sekolah negeri seperti SMP Negeri 9 Tegal, masih relatif terbatas. Kesenjangan inilah yang menjadi dasar kebaruan (novelty) penelitian ini, yaitu menghadirkan bukti empiris mengenai alternatif intervensi bimbingan dan konseling yang lebih reflektif,

kontekstual, dan berorientasi pada pemaknaan pengalaman siswa dalam mengembangkan pemahaman konsep dirinya.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk: (1) menilai tingkat pemahaman konsep diri siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Tegal sebelum diberikan layanan bimbingan klasikal pendekatan *meaningful learning*; (2) menilai tingkat pemahaman konsep diri siswa setelah layanan tersebut diberikan; dan (3) menganalisis seberapa efektif layanan bimbingan klasikal pendekatan *meaningful learning* dalam meningkatkan pemahaman konsep diri siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Tegal.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian pra-eksperimen (pre-experimental design), yang bertujuan untuk mengukur tingkat pemahaman konsep diri siswa secara objektif melalui data numerik yang kemudian dianalisis dengan teknik statistik (Sugiyono, 2023). Desain penelitian yang digunakan adalah One Group Pretest-Posttest Design, yaitu satu kelompok subjek diberikan pengukuran awal (pre-test), kemudian diberi perlakuan (treatment) berupa layanan bimbingan klasikal pendekatan *meaningful learning*, dan selanjutnya diberikan pengukuran akhir (post-test) untuk mengetahui perubahan yang terjadi akibat perlakuan tersebut (Sugiyono, 2023). Desain ini dapat digambarkan sebagai O1-X-O2, dengan O1 adalah skor pre-test, X adalah perlakuan, dan O2 adalah skor post-test.

Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VIII E SMP Negeri 9 Tegal yang berjumlah 30 siswa, terdiri atas 13 siswa laki-laki dan 17 siswa perempuan. Kelas ini dipilih berdasarkan hasil AKPD dan angket awal yang menunjukkan tingkat pemahaman konsep diri paling rendah dibandingkan kelas VIII lainnya di sekolah tersebut. Penentuan sampel dilakukan dengan teknik sampel jenuh, yaitu seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian mengingat jumlah populasi yang relatif terbatas dan karakteristiknya yang sesuai dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2023). Dengan demikian, seluruh 30 siswa kelas VIII E ditetapkan sebagai sampel penelitian.

Instrumen utama pengumpulan data berupa angket konsep diri dengan skala Likert empat pilihan (Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, Sangat Tidak

Setuju), yang disusun berdasarkan indikator dari empat aspek konsep diri, yaitu identitas diri (pemahaman kelebihan dan kekurangan diri, kesadaran akan minat dan tujuan diri), perilaku diri (konsistensi perilaku dengan nilai diri, kemampuan mengekspresikan diri dalam tindakan, kemampuan mengontrol perilaku), penilaian diri (pandangan terhadap kemampuan diri, kepercayaan terhadap potensi diri, penerimaan terhadap diri sendiri), serta evaluasi diri (kemampuan merefleksikan pengalaman, kemauan memperbaiki diri). Setiap indikator dijabarkan ke dalam butir pernyataan positif (favorable) dan negatif (unfavorable), dengan skor 4-1 untuk pernyataan positif dan 1-4 untuk pernyataan negatif sesuai pilihan jawaban responden.

Sebelum digunakan pada sampel penelitian, instrumen yang semula terdiri atas 60 butir pernyataan diujicobakan kepada 32 siswa di luar sampel dengan karakteristik serupa. Hasil uji validitas menggunakan teknik korelasi Product Moment melalui SPSS versi 22 menunjukkan 46 butir pernyataan dinyatakan valid ($r_{hitung} > r_{tabel}$ 0,349), sedangkan 14 butir dinyatakan tidak valid dan tidak digunakan dalam pengumpulan data utama karena dinilai belum mampu mengukur variabel penelitian secara tepat. Hasil uji reliabilitas dengan teknik Cronbach's Alpha memperoleh nilai 0,893, yang berarti instrumen memiliki tingkat reliabilitas sangat baik dan layak digunakan sebagai alat pengumpulan data (Sugiyono, 2023). Selain angket, data dilengkapi melalui observasi partisipatif pasif untuk mengamati perilaku siswa secara langsung, wawancara semi terstruktur untuk menggali pengalaman dan faktor penyebab rendahnya konsep diri, serta studi dokumentasi terhadap catatan wali kelas dan program kerja bimbingan dan konseling guna memperkuat serta menyempurnakan data utama.

Teknik analisis data pada penelitian ini meliputi tiga tahap. Pertama, statistik deskriptif digunakan untuk menghitung mean, standar deviasi, serta mengelompokkan skor siswa ke dalam lima kategori jenjang (sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, sangat tinggi) berdasarkan norma mean dan standar deviasi (Martias, 2021). Kedua, uji normalitas data dilakukan menggunakan uji Shapiro-Wilk pada taraf signifikansi 5%, dengan kriteria data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 (Isnaini et al., 2025). Ketiga, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan uji Paired Sample T-Test berbantuan aplikasi IBM SPSS Statistics versi 22, mengingat data pre-test

dan post-test bersifat berpasangan (dependen) dan telah memenuhi asumsi normalitas (Syafriani et al., 2023). Kriteria pengambilan keputusan adalah apabila nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) lebih kecil dari 0,05 maka hipotesis kerja (H_a) diterima, yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara kondisi sebelum dan sesudah pemberian layanan (M. Zaki, 2021).

HASIL

Pemahaman konsep diri dalam penelitian ini mencakup empat aspek, yaitu identitas diri (pemahaman terhadap kelebihan dan kekurangan diri serta kesadaran akan minat dan tujuan diri), perilaku diri (konsistensi perilaku dengan nilai diri serta kemampuan mengekspresikan dan mengontrol perilaku), penilaian diri (pandangan dan kepercayaan terhadap kemampuan serta potensi diri), dan evaluasi diri (kemampuan merefleksikan pengalaman serta kemauan memperbaiki diri). Secara umum, hasil pengamatan pelaksanaan layanan pada Tabel 1 turut memberi gambaran mengenai perubahan pada keempat aspek tersebut, misalnya bertambahnya kepercayaan siswa dalam menyampaikan pendapat yang berkaitan dengan aspek penilaian diri, kemampuan siswa mengenali kelebihan dan potensi dirinya yang berkaitan dengan aspek identitas diri, meningkatnya keterlibatan siswa dalam kegiatan kelompok yang berkaitan dengan aspek perilaku diri, serta kemampuan siswa merefleksikan pengalaman dan menyampaikan target masa depannya yang berkaitan dengan aspek evaluasi diri.

Sebelum pengumpulan data utama dilaksanakan, peneliti mengajukan surat izin penelitian kepada pihak sekolah dan melakukan validasi ahli terhadap instrumen oleh dosen Bimbingan dan Konseling. Layanan bimbingan klasikal pendekatan *meaningful learning* selanjutnya dilaksanakan dalam empat kali pertemuan dengan materi yang disusun berdasarkan indikator konsep diri sebagaimana disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1
Rincian Pelaksanaan Layanan Bimbingan Klasikal dengan Pendekatan
Meaningful Learning

Pertemuan	Materi	Tujuan	Hasil Pengamatan	Penerapan Prinsip <i>Meaningful Learning</i>
1	Membangun Kepercayaan Diri	Siswa memahami pentingnya kepercayaan diri dan faktor yang memengaruhinya	Sebagian besar siswa mampu menjelaskan pengertian dan manfaat kepercayaan diri, meski sebagian masih malu dan kurang aktif berdiskusi	Guru menggunakan pengalaman keseharian siswa terkait rasa percaya diri sebagai advance organizer, kemudian mengaitkannya dengan konsep kepercayaan diri yang baru diperkenalkan
2	Mengenali dan Membangun Potensi Diri	Siswa mengenali kelebihan, kekurangan, dan potensi diri	Siswa mulai mampu mengidentifikasi potensi diri dan berani menyampaikan pengalaman terkait kelebihanannya	Siswa diajak menghubungkan pengalaman keberhasilan maupun kegagalan yang pernah dialami (pengetahuan awal) dengan konsep potensi diri melalui proses subsumption
3	Belajar Beradaptasi dan Bersosialisasi	Siswa meningkatkan kemampuan beradaptasi dan membangun hubungan sosial yang positif	Siswa lebih aktif dalam kegiatan kelompok, kemampuan bekerja sama dan komunikasi meningkat	Siswa merefleksikan pengalaman sosial yang telah dimiliki dan mengaitkannya dengan strategi adaptasi baru melalui diskusi kelompok reflektif

4	Menumbuhkan Sikap Optimis	Siswa memahami pentingnya berpikir positif dan optimis menghadapi tantangan	Siswa menunjukkan sikap lebih positif dan mulai berani mengungkapkan harapan serta target masa depan	Siswa menghubungkan pengalaman menghadapi tantangan sebelumnya dengan konsep berpikir positif, sehingga terbentuk pemaknaan baru yang bertahan lama
---	---------------------------	---	--	---

Sumber: Hasil observasi pelaksanaan layanan (2026)

Hasil pengamatan selama pelaksanaan layanan menunjukkan peningkatan keterlibatan siswa pada setiap pertemuan, mulai dari yang semula pasif dan malu berpendapat hingga semakin aktif berdiskusi, berbagi pengalaman, dan merefleksikan pemahaman tentang dirinya.

Data pre-test menunjukkan skor tertinggi 147, skor terendah 116, dengan rata-rata 130,10 dan standar deviasi 9,665. Setelah pelaksanaan layanan, data post-test menunjukkan peningkatan skor tertinggi menjadi 158, skor terendah 118, dengan rata-rata 136,43 dan standar deviasi 10,833. Peningkatan standar deviasi pada tahap post-test mengindikasikan bahwa sebaran skor siswa menjadi sedikit lebih bervariasi setelah layanan diberikan, sejalan dengan adanya sebagian siswa yang mengalami peningkatan skor secara tajam. Perbandingan distribusi kategori pemahaman konsep diri siswa pada tahap *pre-test* dan *post-test* disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2
Distribusi Kategori Pemahaman Konsep Diri Siswa pada Tahap Pre-test dan Post-test

Kategori	Rentang Skor	Pre-test (f)	Pre-test (%)	Post-test (f)	Post-test (%)
Sangat Tinggi	$X > 145$	2	7%	7	23%
Tinggi	$135 < X \leq 145$	9	30%	10	34%
Sedang	$125 < X \leq 135$	10	33%	7	23%

Rendah	$115 < X \leq 125$	9	30%	6	20%
Sangat Rendah	$X \leq 115$	0	0%	0	0%
Total		30	100%	30	100%

Sumber: Data primer diolah (2026)

Data pada Tabel 2 memperlihatkan bahwa sebelum diberikan layanan, mayoritas siswa (33%) berada pada kategori sedang, sedangkan sesudah diberikan layanan, mayoritas siswa (34%) bergeser ke kategori tinggi, disertai peningkatan proporsi siswa pada kategori sangat tinggi dari 7% menjadi 23%. Tidak ada siswa yang berada pada kategori sangat rendah, baik sebelum maupun sesudah layanan diberikan. Hasil identifikasi kebutuhan awal (AKPD) dan observasi pra-penelitian menunjukkan bahwa rendahnya pemahaman konsep diri siswa sebelum layanan diberikan terutama bersumber dari aspek penilaian diri dan perilaku diri. Pada aspek penilaian diri, sebanyak 43% siswa masih kurang percaya diri dalam mengemukakan pendapat dan 30% siswa meragukan potensi yang dimilikinya, sedangkan pada aspek perilaku diri, sebanyak 27% siswa cenderung menarik diri dari aktivitas pembelajaran maupun interaksi sosial di kelas. Kondisi inilah yang menjadi sasaran utama materi layanan bimbingan klasikal pada penelitian ini.

Sebelum pengujian hipotesis dilakukan, data *pre-test* dan *post-test* terlebih dahulu diuji normalitasnya menggunakan uji Shapiro-Wilk. Hasil uji normalitas disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3
Hasil Uji Normalitas Shapiro-Wilk

Data	Statistic	df	Sig.
Pre-test	0,944	30	0,119
Post-test	0,968	30	0,480

Sumber: Data primer diolah (2026)

Nilai signifikansi Shapiro-Wilk untuk data *pre-test* (0,119) dan *post-test* (0,480) sama-sama lebih besar dari 0,05, sehingga kedua data dinyatakan berdistribusi normal. Dengan terpenuhinya asumsi normalitas, analisis selanjutnya dilakukan menggunakan uji parametrik *Paired Sample T-Test*. Hasil pengujian hipotesis disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4
Hasil Uji Paired Sample T-Test

Pasangan	Mean Perbedaan	Std. Deviation	t	df	Sig. (2-tailed)
Pre-test - Post-test	-6,333	10,698	-3,243	29	0,003

Sumber: Data primer diolah (2026)

Hasil uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,003, yang berada di bawah taraf signifikansi 0,05 ($0,003 < 0,05$). Nilai rata-rata perbedaan sebesar -6,333 menunjukkan bahwa skor *post-test* secara rata-rata lebih tinggi 6,33 poin dibandingkan skor *pre-test*. Hasil tersebut mengindikasikan adanya perbedaan yang signifikan antara pemahaman konsep diri siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan klasikal pendekatan *meaningful learning*. Dengan demikian, hipotesis kerja (H_a) yang menyatakan bahwa layanan tersebut efektif dalam meningkatkan pemahaman konsep diri siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Tegal dinyatakan diterima.

Untuk mengetahui aspek konsep diri mana yang mengalami perubahan secara signifikan, dilakukan pula uji *Paired Sample T-Test* pada masing-masing dari empat aspek konsep diri yang diukur dalam instrumen penelitian ini. Hasil pengujian disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5
Hasil Uji Paired Sample T-Test per Aspek Konsep Diri

Aspek	Jumlah Item	Mean Pre-test	Mean Post-test	t	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Identitas diri	10	27,17	27,17	0,000	1,000	Tidak signifikan
Perilaku diri	10	27,40	28,37	1,189	0,244	Tidak signifikan
Penilaian diri	13	36,60	40,27	4,109	0,0003	Signifikan
Evaluasi diri	13	38,93	40,63	1,889	0,069	Tidak signifikan

Sumber: Data primer diolah (2026)

Tabel 5 menunjukkan bahwa dari keempat aspek konsep diri yang diuji, hanya aspek penilaian diri yang mengalami peningkatan signifikan secara statistik (Sig. 2-tailed = 0,0003 < 0,05). Ketiga aspek lainnya, yaitu evaluasi diri, perilaku diri, dan identitas diri, tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan antara pre-test dan post-test (Sig. 2-tailed > 0,05), meskipun aspek evaluasi diri menunjukkan nilai signifikansi yang mendekati batas 0,05.

PEMBAHASAN

Peningkatan pemahaman konsep diri siswa dalam penelitian ini tidak terjadi secara instan, melainkan melalui proses bertahap ketika siswa diajak mengaitkan pengalaman pribadinya dengan materi bimbingan yang disampaikan pada setiap pertemuan. Proses tersebut mendorong terbentuknya refleksi diri, yaitu kemampuan siswa untuk menelaah kembali pengalaman, sikap, dan perilakunya secara sadar, sehingga pemahaman yang diperoleh tidak sekadar bersifat kognitif, tetapi juga bermakna secara personal. Melalui proses inilah kesadaran siswa terhadap potensi dan kelemahan dirinya turut meningkat, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap perubahan skor pemahaman konsep diri secara signifikan.

Hasil penelitian menunjukkan peningkatan rata-rata skor pemahaman konsep diri siswa dari 130,10 pada tahap *pre-test* menjadi 136,43 pada tahap *post-test*, dengan signifikansi statistik yang teruji melalui *Paired Sample T-Test* (Sig. 2-tailed 0,003 < 0,05). Peningkatan ini tidak hanya bermakna secara statistik, tetapi juga secara praktis, sebagaimana tercermin dari pergeseran mayoritas siswa dari kategori sedang pada *pre-test* menuju kategori tinggi pada *post-test*, disertai bertambahnya proporsi siswa pada kategori sangat tinggi dari 7% menjadi 23%. Jika ditelaah berdasarkan empat aspek konsep diri yang diukur dalam instrumen penelitian ini, hasil uji *Paired Sample T-Test* per aspek menunjukkan bahwa peningkatan yang signifikan secara statistik hanya terjadi pada aspek penilaian diri ($t(29) = 4,109$; Sig. 2-tailed = 0,0003 < 0,05), dengan skor rata-rata meningkat dari 36,60 menjadi 40,27 (70,4% menjadi 77,4% dari skor maksimal). Temuan ini mengindikasikan bahwa layanan bimbingan klasikal pendekatan *meaningful learning* paling berkontribusi dalam memperkuat kepercayaan siswa terhadap kemampuan dan penerimaan terhadap dirinya sendiri. Aspek evaluasi diri

menunjukkan kecenderungan peningkatan dari 38,93 menjadi 40,63 (74,9% menjadi 78,1%), namun belum mencapai signifikansi statistik ($t(29) = 1,889$; Sig. 2-tailed = 0,069), sehingga perlu dimaknai sebagai kecenderungan yang mendekati batas signifikansi dan bukan sebagai perubahan yang meyakinkan. Aspek perilaku diri juga mengalami peningkatan skor rata-rata dari 27,40 menjadi 28,37 (68,5% menjadi 70,9%), tetapi peningkatan tersebut tidak signifikan secara statistik ($t(29) = 1,189$; Sig. 2-tailed = 0,244). Adapun aspek identitas diri sama sekali tidak menunjukkan perubahan (tetap pada 27,17, atau 67,9% dari skor maksimal; $t(29) = 0,000$; Sig. 2-tailed = 1,000). Temuan ini menunjukkan bahwa efektivitas layanan bimbingan klasikal pendekatan *meaningful learning* dalam penelitian ini secara statistik hanya teruji kuat pada aspek penilaian diri, sedangkan pengaruhnya terhadap perilaku diri, evaluasi diri, dan khususnya identitas diri masih terbatas, sehingga diperlukan penelitian lanjutan dengan intensitas atau durasi layanan yang lebih panjang untuk membuktikan perubahan pada aspek-aspek tersebut secara lebih meyakinkan.

Perlu ditegaskan bahwa signifikansi pada skor total, meskipun hanya satu dari empat aspek yang signifikan secara terpisah, bukan merupakan temuan yang saling bertentangan. Secara matematis, kenaikan skor total sebesar 6,33 poin adalah penjumlahan langsung dari kenaikan pada keempat aspek ($0,00 + 0,97 + 3,67 + 1,70 = 6,34$, dengan selisih akibat pembulatan), sehingga hasil pada level total konsisten dengan pola pada level aspek. Pola ini juga sejalan dengan prinsip reliabilitas pengukuran, di mana skor total yang tersusun dari 46 item menghasilkan estimasi yang lebih stabil dan daya uji (power) statistik yang lebih besar dibandingkan subskala yang lebih pendek (10-13 item per aspek), sehingga sebagian aspek yang secara deskriptif menunjukkan peningkatan belum tentu mencapai signifikansi ketika diuji secara terpisah. Dengan proporsi kontribusi sekitar 58% dari total peningkatan skor berasal dari aspek penilaian diri, dapat disimpulkan bahwa efektivitas layanan bimbingan klasikal pendekatan *meaningful learning* dalam penelitian ini bersifat nyata, namun tidak merata pada seluruh aspek konsep diri siswa.

Temuan ini sejalan dengan prinsip *meaningful learning* yang dikemukakan Ausubel, yaitu bahwa pembelajaran berlangsung lebih bermakna dan bertahan lama ketika informasi baru diintegrasikan secara aktif ke dalam struktur kognitif

yang telah dimiliki peserta didik melalui proses *subsumption* (Hamida et al., 2022). Dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal pada penelitian ini, siswa tidak sekadar menerima informasi tentang konsep diri secara pasif, melainkan didorong untuk merefleksikan pengalaman pribadi, mengaitkannya dengan materi layanan, serta membangun pemaknaan diri secara sadar melalui empat pertemuan yang berfokus pada penguatan kepercayaan diri, pengenalan potensi diri, kemampuan beradaptasi, serta sikap optimis. Proses reflektif semacam ini konsisten dengan temuan bahwa pendekatan *meaningful learning* mampu meningkatkan pemahaman, keterlibatan, dan internalisasi nilai pada peserta didik dalam berbagai konteks pembelajaran (Pinandito et al., 2025).

Dibandingkan dengan penelitian terdahulu, temuan ini memperkuat hasil kajian (Aulia, Fitri Kamaria, 2021) yang membuktikan bahwa layanan bimbingan klasikal efektif meningkatkan pemahaman konsep diri siswa dalam konteks pengambilan keputusan karier, sekaligus melengkapi hasil penelitian (Donal, 2024) yang menunjukkan efektivitas bimbingan klasikal dalam meningkatkan kemampuan perencanaan dan eksplorasi karier siswa. Berbeda dengan kedua penelitian tersebut yang berfokus pada aspek karier siswa, layanan bimbingan klasikal dalam penelitian ini diarahkan secara khusus pada penguatan pemahaman konsep diri siswa secara menyeluruh dalam satu kelas, sehingga berpotensi memberikan dampak yang lebih luas sebagai bentuk layanan preventif-developmental. Penelitian ini juga melengkapi kajian (Hidayat & Karim, 2025) serta (Ramadan et al., 2025) yang membuktikan efektivitas bimbingan klasikal dalam meningkatkan kepercayaan diri melalui teknik *role-playing*; sementara penelitian-penelitian tersebut berfokus pada kepercayaan diri, penelitian ini menegaskan bahwa pendekatan *meaningful learning* juga efektif ketika diarahkan secara khusus pada konsep diri sebagai variabel yang lebih mendasar. Hal ini relevan dengan temuan bahwa konsep diri memberikan kontribusi penting terhadap kepercayaan diri siswa (Khayati et al., 2025), sehingga peningkatan pemahaman konsep diri dalam penelitian ini berpotensi turut mendukung penguatan kepercayaan diri dan kemandirian siswa secara lebih luas.

Peningkatan yang terjadi juga tidak terlepas dari peran guru bimbingan dan konseling dalam menciptakan suasana belajar yang partisipatif. Respons siswa selama pelaksanaan layanan menunjukkan perkembangan yang positif, dari sikap

malu dan kurang aktif berdiskusi pada pertemuan awal menjadi lebih berani menyampaikan pendapat dan pengalaman pribadinya pada pertemuan-pertemuan berikutnya. Bentuk partisipasi siswa turut berkembang secara bertahap, mulai dari menyimak dan menjawab pertanyaan, hingga secara aktif terlibat dalam diskusi kelompok, berbagi pengalaman, serta menyampaikan harapan dan target masa depannya. Refleksi diri pada penelitian ini dibangun melalui kegiatan tanya-jawab dan diskusi reflektif pada setiap pertemuan, yang mendorong siswa mengaitkan materi bimbingan dengan pengalaman dan kondisi dirinya sendiri. Adapun tantangan yang dihadapi selama pelaksanaan, sebagaimana tercatat pada pertemuan awal, adalah masih adanya sebagian siswa yang malu dan kurang aktif berdiskusi, sehingga guru bimbingan dan konseling perlu memberikan stimulus tambahan secara bertahap agar seluruh siswa dapat terlibat secara lebih merata. Hasil observasi menunjukkan bahwa keterlibatan siswa meningkat secara bertahap pada setiap pertemuan, dari yang semula pasif dan enggan berpendapat menjadi lebih berani berbagi pengalaman dan merefleksikan pemahaman dirinya. Perubahan sikap ini menegaskan bahwa efektivitas bimbingan klasikal sangat dipengaruhi oleh pendekatan dan teknik yang diterapkan, bukan semata-mata oleh format layanannya (Hidayat & Karim, 2025).

Secara teoretis, temuan ini memperkaya kajian empiris mengenai penerapan pendekatan humanistik-kognitif dalam bimbingan dan konseling di jenjang sekolah menengah pertama, khususnya dalam mengisi kesenjangan penelitian yang sebelumnya lebih banyak menyoroti kepercayaan diri dibandingkan konsep diri sebagai variabel inti. Secara praktis, hasil penelitian ini memberi sejumlah implikasi. Bagi guru bimbingan dan konseling, pendekatan *meaningful learning* dapat dijadikan alternatif dalam merancang layanan bimbingan klasikal yang lebih reflektif, partisipatif, dan berorientasi pada penguatan konsep diri peserta didik, bukan sekadar penyampaian informasi satu arah. Bagi pihak sekolah, temuan ini menegaskan pentingnya dukungan fasilitas dan kesempatan bagi terselenggaranya layanan bimbingan dan konseling yang inovatif serta selaras dengan kebutuhan psikologis siswa pada masa remaja awal. Bagi siswa sendiri, pemahaman konsep diri yang telah terbentuk melalui layanan ini diharapkan dapat terus dikembangkan dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, baik di lingkungan sekolah maupun sosial, sehingga mendukung kesiapan

mereka menghadapi tuntutan akademik dan sosial yang lebih kompleks pada jenjang pendidikan berikutnya.

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan berupa desain pra-eksperimen tanpa kelompok kontrol, sehingga faktor luar yang turut memengaruhi peningkatan skor, seperti kematangan psikologis alami siswa maupun pengalaman di luar layanan, tidak dapat dikendalikan secara penuh. Perlu disadari pula bahwa konsep diri siswa pada dasarnya tidak hanya dipengaruhi oleh layanan bimbingan klasikal, melainkan juga oleh berbagai faktor lain di luar jangkauan penelitian ini, seperti pola asuh orang tua, kualitas hubungan dengan teman sebaya, iklim sekolah, pengalaman keberhasilan atau kegagalan yang dialami siswa, penggunaan media sosial, serta tahap perkembangan psikologis remaja itu sendiri. Dengan demikian, peningkatan skor yang diamati dalam penelitian ini perlu dimaknai sebagai kontribusi layanan bimbingan klasikal, bukan sebagai satu-satunya penyebab perubahan konsep diri siswa. Cakupan sampel yang terbatas pada satu kelas di satu sekolah turut membatasi generalisasi hasil penelitian ini pada konteks yang lebih luas. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan desain eksperimen dengan kelompok kontrol, durasi intervensi yang lebih panjang, serta melibatkan sampel dari beberapa sekolah guna memperkuat validitas eksternal dan generalisasi temuan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan, dapat disimpulkan beberapa hal berikut. Pertama, tingkat pemahaman konsep diri siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Tegal sebelum diberikan layanan bimbingan klasikal pendekatan *meaningful learning* berada pada kategori sedang, dengan rata-rata skor 130,10. Kedua, setelah diberikan layanan tersebut, tingkat pemahaman konsep diri siswa meningkat menjadi kategori tinggi, dengan rata-rata skor 136,43. Ketiga, hasil uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,003 (< 0,05), yang membuktikan bahwa layanan bimbingan klasikal dengan pendekatan *meaningful learning* efektif dalam meningkatkan pemahaman konsep diri siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Tegal, sehingga hipotesis penelitian dapat diterima. Temuan ini menegaskan bahwa pendekatan *meaningful learning* dapat menjadi alternatif strategi bagi guru bimbingan dan konseling dalam merancang

layanan bimbingan klasikal yang lebih reflektif dan bermakna bagi perkembangan psikologis siswa. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menguji efektivitas pendekatan ini dengan desain eksperimen yang melibatkan kelompok kontrol serta pada populasi yang lebih luas guna memperkuat generalisasi temuan..

DAFTAR RUJUKAN

- Abdu, M. (2025). Pendekatan meaningful dalam pembelajaran sejarah di sekolah berbasis boarding school SMA Plus Astha Hannas. *Jurnal Sosialita*, 20(1), 33–42. <https://doi.org/10.31316/js.v20i1.7743>
- Atiqah, N., Sulhan, A., Ardaniah, N. H., & Rahmadi, M. S. (2024). Periodisasi perkembangan anak pada masa remaja: Tinjauan psikologi. *Behavior: Jurnal Pendidikan Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 1(1), 9–36.
- Aulia, Fitri Kamaria, M. (2021). LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL UNTUK MENINGKATKAN KONSEP DIRI DALAM PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIR SISWA. 5(2), 75–86. <https://doi.org/10.29408/jkp.v5i2.4965>
- Celine Astutiningtyas, Agus Setiawan, C. A. W. (2025). *The Relationship between Self-Concept and Self-Confidence of Junior High School Students*. 9(1), 67–74. <https://doi.org/10.22460/quanta.v9i1.5474>
- Center for Reproductive Health, University of Queensland, & J. H. B. S. of P. H. (2022). *National Adolescent Mental Health Survey*.
- Donal, A. D. P. N. S. (2024). *Bimbingan Klasikal Untuk Meningkatkan , Perencanaan , Eksplorasi ,*. 2(2), 957–969.
- Hakim, F. B., Eka, P., & Supriyadi, D. (2021). *Persepsi, Pengambilan Keputusan, Konsep diri dan Values*.
- Hamida, N. A., Sein, L. H., & Ma'rifatunnisa, W. (2022). Implementasi teori meaningful learning David Ausubel dalam pembelajaran sejarah kebudayaan Islam di UIN Sunan Ampel Surabaya. *Al-Murabbi*, 6(4), 1386–1400. <https://doi.org/10.35931/am.v6i4.1294>
- Hidayat, D., & Karim, A. (2025). Meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui intervensi role-playing dalam bimbingan klasikal. *Konseling: Jurnal Ilmiah Penelitian Dan Penerapannya*, 6(1), 26–31. <https://doi.org/10.31960/konseling.v6i1.2665>
- Isnaini, M., Afgani, M. W., Haqqi, A., & Azhari, I. (2025). *Teknik Analisis Data Uji Normalitas*. 4(2), 1377–1384.
- Khayati, A. J., Aulia, A., & Marisa, C. (2025). Pengaruh konsep diri terhadap kepercayaan diri pada siswa kelas VII MTsN 15 Jakarta. *Faguru: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Keguruan*, 4(2), 456–465. <https://doi.org/10.57094/faguru.v4i2.3054>
- M. Zaki, S. (2021). *Kajian tentang Perumusan Hipotesis Statistik Dalam Pengujian Hipotesis Penelitian*. 4, 115–118.

- Martias, L. D. (2021). Statistika deskriptif sebagai kumpulan informasi. *Jurnal Statistika*, 16(1), 40–59.
- Pinandito, A., Akbar, M. A., & Kharisma, A. P. (2025). Penerapan teori meaningful learning pada pengembangan media pembelajaran KIT-Build concept map berbasis knowledge reconstruction dengan sistem evaluasi dan feedback otomatis. *Jurnal Teknologi Informasi Dan Ilmu Komputer*, 12(2), 379–390. <https://doi.org/10.25126/jtiik.2025129435>
- Pradana. (2020). Pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik self instructions terhadap peningkatan konsep diri siswa. *International Online Journal of Education and Teaching*, 8(3), 2148–2225.
- Ramadan, A., Hasibuan, U. M., Aldi, K., & Mz, S. (2025). *Efektivitas Layanan Bimbingan Klasikal dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri dan Semangat Belajar Siswa*. 02, 763–769. <https://ziaresearch.or.id/index.php/mesada>
- Rosyidah, H. F. (2024). Konsep diri masa remaja akhir dalam pengambilan keputusan karier siswa di sekolah menengah kejuruan (SMK). *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(2), 571–580. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i2.4707>
- Sucipto, M. A. B. (2025). *Pengembangan Media Layanan Bimbingan Klasikal Berbasis Android Topik Fear of Missing Out*. 11(2), 184–198.
- Sugiyono. (2023). *Metode Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. CV ALFABETA.
- Syafriani, D., Darmana, A., Syuhada, F. A., & Sari, D. P. (2023). *BUKU AJAR STATISTIK UJI BEDA UNTUK PENELITIAN PENDIDIKAN (CARA DAN PENGOLAHANNYA DENGAN SPSS)*. PENERBIT CV.EUREKA MEDIA AKSARA.
- Umarta, S. A., & Mangundjaya, W. L. (2023). Kontribusi komunikasi antarpribadi dan konsep diri terhadap kinerja guru pesantren terpadu Serambi Mekkah Kota Padangpanjang. *Jurnal Psikologi*, 1(8), 269–278.